



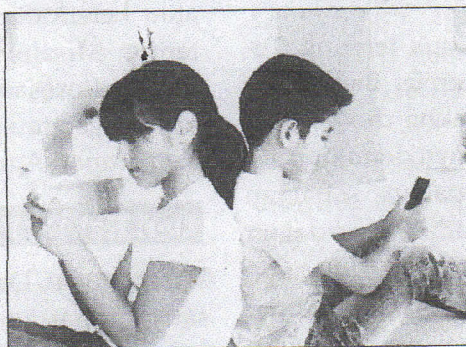
**Dra. M.J Retno Priyani, M.Si.**, dalam kesehariannya selain psikolog, juga Dosen FKIP Universitas Sanata Dharma Yogyakarta. Selain itu juga Trainer Pengembangan SDM di berbagai instansi, organisasi, rumah sakit, sekolah, perguruan tinggi hingga tarekat religius di seluruh Indonesia. Silakan mengirimkan keluhan/problema ke Redaksi Majalah PRABA, Jl. Bintaran Tengah No. 4 Yogyakarta 55151, atau Program Studi Bimbingan dan Konseling Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas Sanata Dharma Tromol Pos 29 Yogyakarta, Fax : (0274) 562383.

## Anak Berlebihan Bermain HP

**Tanya :**

**Yth. Bu Retno,**

Saya ayah (32 tahun) punya 2 anak yang masih kecil-kecil. Sulung laki-laki (7 tahun) dan adiknya (perempuan) 3 tahun. Dalam mendidik mereka saya cukup tegas termasuk ketika sulung bermain game di HP. Semula ia menggunakan HP istri saya, tetapi karena istri terganggu kemudian ia bermaksud membelikannya. Tapi akibatnya anak malas belajar dan beraktivitas lainnya. Sehari-hari usai pulang sekolah ia bermain game. Dilanjut malam hari, belajar pun susah. Saya sangat cerewet mengingatkan, sebaliknya istri saya tenang-tenang saja, bahkan kami sering berselisih tentang hal tersebut. Apa yang harus saya lakukan, Bu? Mohon saran. Terima kasih. ( **Cornelius, Salatiga** )



anak dapat semakin parah.

Kedua, memberi teladan/contoh. Salah satu faktor yang mempengaruhi anak anda adalah karena anak melihat anda berdua menggunakan HP dan anak memiliki HP pribadi. Kedua orang tua harus menyampaikan ke anak bahwa HP mengganggu

pelajaran dll. Anda dapat minta tolong gurunya juga untuk menyampaikan hal yang sama. Anak lebih taat dan patuh pada guru. Anak dibatasi hanya boleh menggunakan pada waktu tertentu saja. Anda berdua perlu memberi contoh dengan tidak menggunakan HP di depan anak dan sepanjang waktu. Bila perlu, sembunyi-sembunyi.

Ketiga, anak perlu didorong untuk beraktivitas yang mengasyikkan dan sesuai dengan usia anak, tetapi tidak menggunakan HP. Sediakan mainan yang sesuai dengan anak dan memancing kreativitasnya. Ajak anak ke toko buku dan memilih bacaan yang disenangi. Dorong anak bermain dengan teman sebayanya. Libatkan anak dalam aktivitas berkebun, beternak, melukis, memelihara binatang piaraan, berbagai cerita, main teka-teki, nonton film, sepedaan, menikmati lingkungan dan sebagainya. Pilih yang sesuai dengan kondisi dan situasi keluarga anda. Anak pasti gembira karena lebih aktif, apalagi bersama orang tuanya. Usaha tersebut harus dilakukan dengan tekun dan serius, pasti berhasil. Selamat mencoba.

**Jawab :**

**Yth. Sdr. Cornelius,**

Saya memahami situasi dan perasaan bapak. Anak tidak dapat lepas dari HP, akibatnya malas belajar dan beraktivitas lainnya. Kondisi sekarang adalah akibat dari kebiasaan sejak lama. Perlu upaya bertahap dan lama. Berbeda dengan upaya pencegahan.

Pertama-tama perlu ada kesepakatan antara anda dengan isteri tentang penggunaan HP pada anak-anak. Perlu ada perubahan, sebelum situasi lebih parah; dan belum menular pada anak kedua. Apabila bapak dan ibu tidak sependapat, maka anak akan mengikuti salah satu pihak yang mengenakan dia. Keadaan